



UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

TRABAJO FIN DE ESTUDIOS

Título

Las emociones en el aula: propuesta para trabajar las competencias emocionales mediante proyectos en una clase de 5º de Primaria.

Autor/es

MARIO GIL RAMÍREZ

Director/es

CRUZ PÉREZ MERINO

Facultad

Facultad de Letras y de la Educación

Titulación

Grado en Educación Primaria

Departamento

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Curso académico

2018-19



Las emociones en el aula: propuesta para trabajar las competencias emocionales mediante proyectos en una clase de 5º de Primaria., de MARIO GIL RAMÍREZ

(publicada por la Universidad de La Rioja) se difunde bajo una Licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported. Permisos que vayan más allá de lo cubierto por esta licencia pueden solicitarse a los titulares del copyright.

TRABAJO FIN DE GRADO

Título

Las emociones en el aula: propuesta para trabajar las competencias emocionales mediante proyectos en una clase de 5º de Primaria.

Autor

Mario Gil Ramírez

Tutor/es

Cruz Pérez Merino

Grado

206 - Grado en Educación Primaria

Facultad de Letras y de la Educación

Año académico

2018/2019



UNIVERSIDAD
DE LA RIOJA

AGRADECIMIENTOS:

A mi familia, por empujarme a estudiar lo que siempre había deseado y por el apoyo incondicional durante mi estancia en la Universidad.

A la Universidad de La Rioja, por formarme como futuro docente, por alimentar mis ganas de saber más y por acogirme habiéndome hecho sentir como en casa.

A mi tutor Cruz, por tener la mano siempre tendida ayudarme, por el apoyo y la disposición permanente y por guiarme en el desarrollo del trabajo.

INDICE

RESUMEN:	4
ABSTRACT:	5
INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS:	6
MARCO TEÓRICO:	7
1. EMOCIONES	7
1.1. Concepto de emoción	7
1.2. Componentes de las emociones	8
1.3. Funciones de las emociones	9
1.4. Tipos de emociones	10
2. EDUCACIÓN EMOCIONAL	12
2.1. Concepto de educación emocional	12
2.2. Fundamentos de la educación emocional	13
2.3. Justificación de la educación emocional	14
2.4. Las competencias emocionales y sus dimensiones	15
3. INTELIGENCIA EMOCIONAL	16
3.1. Concepto de inteligencia emocional	16
3.2. Modelos inteligencia emocional (dimensiones)	17
4. NEUROEDUCACIÓN: EMOCIONES Y APRENDIZAJE	18
PROPUESTA METODOLÓGICA: ¿CONOCES EL BARRIO? ¿ES PARA TODOS!:	20
PRESENTACIÓN DEL PROYECTO Y JUSTIFICACIÓN	20
POBLACIÓN	21
OBJETIVOS DE LA INICIATIVA	22
METODOLOGÍA	23
TEMPORALIZACIÓN	23
CONTENIDOS A TRABAJAR	33
RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS	35
EVALUACIÓN	35
CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	36
METODOLOGÍA:	40
CONCLUSIONES:	41
REFERENCIAS:	43
ANEXOS:	45

RESUMEN:

El trabajo que se expone a continuación pretende comprobar el grado de influencia de las emociones en el desarrollo tanto personal como académico de los estudiantes. Al contrario que la tendencia tradicional, pone su foco de atención en la capacidad que tienen las emociones para determinar nuestra forma de ser, nuestro comportamiento y nuestra capacidad para aprender. Además, teniendo en cuenta la situación de la sociedad actual, defiende la necesidad de implantación de programas de Educación Emocional en los colegios de Educación Primaria, que complementen a otros programas ordinarios para alcanzar la educación integral del alumnado. Además, aparecen desgranados en el trabajo términos como emoción, inteligencia emocional, educación emocional o neuroeducación, junto con teorías de investigadores del campo emocional que sustentan la importancia del tema. El trabajo tiene una parte práctica, en la que se plantea una propuesta educativa basada en proyectos que pretende desarrollar las competencias emocionales de un grupo de alumnos de 5º de Educación Primaria. El documento finaliza con las conclusiones obtenidas tras la elaboración del trabajo de investigación y de diseño del programa, donde se establece el grado de consecución de los objetivos marcados y las limitaciones, y que pretenden servir como referencia para futuros trabajos relacionados con este tema.

Palabras clave: Emoción, inteligencia emocional, educación emocional, neuroeducación, proyectos, aprendizaje significativo.

ABSTRACT:

The work that is exposed next tries to verify the degree of the emotions influence in both the personal and the academic students development. Contrary to the traditional tendency, it focuses on the ability of the emotions to determine our way of being, our behaviour and our learning ability. In addition, taking into account the current society situation, it defends the necessity of implementing Emotional Education programs in primary schools, which complement other ordinary programs in order to achieve a complete education for students. Moreover, terms such as emotion, emotional intelligence, emotional education or neuroeducation are defined along the work, supported by theories of emotional field researchers. The work has a practical part, which proposes an educational proposal based on projects that aims to develop the emotional competences in a 5th grade group at Primary School. The document ends with the conclusions obtained after the research work elaboration and the program design, which establishes the degree of achievement of the goals, and the limitations. It intends to serve as a reference for future works related to this topic.

Key words: Emotion, emotional intelligence, emotional education, neuroeducation, projects, significant learning.

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS:

Es sabido por todos que el ser humano es el ser racional por excelencia, ya que, a diferencia del resto de otras especies, somos capaces de razonar, de idear términos abstractos para comunicarnos, de resolver problemas, de conocer el funcionamiento de la naturaleza o de reflexionar acerca del pasado y del futuro. Esta afirmación ha conllevado a que se haya dejado de lado la parte emocional de la persona, priorizando la razón y la lógica frente al resto de componentes del ser humano.

Resulta paradójico pensar que, tal y como afirman numerosos investigadores, la capacidad de razonar se ha desarrollado más tarde que el sistema límbico, el cual está dirigido por las emociones, que actúa más rápidamente. Es por esto que parece contradictorio afirmar que somos seres únicamente racionales. De hecho, ¿somos seres racionales o emocionales? Es indudable que las emociones nos mueven, nos motivan a hacer cosas, gestionan nuestro estado de ánimo y, en definitiva, nos definen en cada momento.

Parece inevitable, como personas relacionadas con el mundo de la educación, preguntarnos qué papel juegan las emociones en el aula. ¿Afectan al aprendizaje? ¿Facilitan la motivación y curiosidad? ¿Es importante gestionarlas de forma adecuada? ¿Es importante la educación emocional? La sociedad y la educación actuales necesitan una reestructuración en la que valores como el respeto, la empatía y la sensibilización estén presentes continuamente. Frente a un mundo cada vez más insensible y egoísta, la escuela debe apoyarse en la educación emocional para enseñar a gestionar y controlar la vida emocional de los alumnos, para desarrollar sus capacidades interpersonales y otorgarles herramientas para resolver conflictos. El objetivo general del trabajo consiste en destacar la importancia de las emociones y de la educación emocional en la escuela, las cuales son determinantes en el aprendizaje y rendimiento de los alumnos. Además, el trabajo plantea también tres objetivos específicos, que sustentan el objetivo general y facilitan su consecución. Son los siguientes:

1. Exponer los fundamentos teóricos sobre los conceptos de emoción, educación emocional, inteligencia emocional y neuroeducación, y explicar la importancia que tienen en la escuela.
2. Diseñar un programa basado en proyectos para un grupo de quinto curso de Educación Primaria, fomentando las competencias emocionales expuestas en el marco teórico.
3. Realizar una valoración del programa diseñado y plantear conclusiones referentes al tema central del trabajo.

Este Trabajo de Fin de Grado tiene tres secciones destacadas. La primera consiste en una investigación bibliográfica del campo emocional, donde se esclarecen varios términos y conceptos que ayudan a entender el tema. La segunda sección está orientada hacia el diseño de un programa basado en proyectos donde se trabajan las competencias emocionales. Le seguirá una tercera sección, donde se llevará a cabo una valoración personal acerca del tema tratado y del diseño del programa. Finalmente, se expondrán las referencias bibliográficas consultadas para la realización de este trabajo.

MARCO TEÓRICO:

1. EMOCIONES

1.1. Concepto de emoción

El mundo de las emociones es una cuestión que ha interesado al ser humano desde que se tiene memoria. Ya en la Antigüedad, grandes filósofos como Platón o Aristóteles teorizaban acerca de las emociones y su importancia. Todos los días de nuestra vida experimentamos emociones, convivimos con ellas e incluso provocamos emociones en los demás. Sin embargo, en contadas ocasiones nos detenemos a analizar qué son las emociones, por qué las sentimos y qué influencia tienen en nuestro comportamiento.

Conviene analizar la etimología y semántica de la palabra, si queremos poner las bases y encontrar un significado más completo. “Emoción” tiene su origen en el latín “emotio”, que significa “movimiento hacia”, por lo que podemos comprobar como la propia palabra implica una respuesta motora o movimiento que actúa con algún objetivo determinado.

Muchos investigadores han tratado de definir el concepto de emoción, dándole diferentes enfoques y aportando nuevas definiciones que completan las que había anteriormente. Para el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, una emoción es “una alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”.

Mora y Sanguinetti (2004), en su Diccionario de Neurociencia, definen emoción como “una reacción conductual subjetiva producida por la información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo, del que se acompaña de fenómenos neurovegetativos. El sistema límbico es parte importante del cerebro relacionado con la elaboración de conductas emocionales”. En concordancia con esta teoría, Delgado y Mora

(1998) señalaron también dos variantes diferentes para el concepto de emoción, ya que es posible considerarlo, por una parte, “un fenómeno interno, personalizado y difícil de comunicar a otros miembros de la misma especie”, y al mismo tiempo un fenómeno externo, medido de forma conductual, capaz de servir de clave para el resto de los seres humanos.

Una emoción se inicia con un acontecimiento, también llamados estímulos u objetos. Dicho estímulo puede ser externo o interno. No es necesario que sea presente, puede ser un estímulo pasado o futuro, incluso puede ser imaginario. El estímulo puede ser percibido conscientemente o de forma inconsciente, ambas posibilidades causan emociones en las personas.

Cuando el estímulo llega a nuestros sentidos, un mecanismo innato los valora de forma automática (como si de un escáner se tratase), y comprueba si están en peligro la supervivencia o bienestar del individuo. Esta valoración no es necesariamente consciente, ya que se trata de un juicio muy rápido que activa o no la respuesta emocional. (Arnold, 1960). Esta valoración inicial categoriza el estímulo como positivo o negativo, en función de si se considera un progreso o un obstáculo hacia nuestros objetivos, lo que desencadenará emociones distintas. Aquí se pueden encontrar diferencias individuales en la valoración de los acontecimientos, ya que influyen factores como la herencia, el medio y el temperamento de la persona. Lazarus (1991) sostiene que, tras la valoración automática, se produce una valoración cognitiva que determina si somos capaces de afrontar la situación, que condiciona la respuesta fisiológica que vamos a tener hacia ese estímulo.

1.2. Componentes de las emociones

La respuesta emocional es activada por el mecanismo de valoración, y en ella intervienen tres componentes: neurofisiológico, comportamental y cognitivo. (Bisquerra, 2009).

- Componente neurofisiológico: Son respuestas automáticas e involuntarias, como el tono muscular, la respiración, taquicardia o secreciones hormonales. Se inician en el Sistema Nervioso Central.
- Componente comportamental: Consiste en la expresión de las emociones a nivel físico, como las expresiones faciales, el lenguaje no verbal, movimientos corporales, tono de voz o ritmo.

- Componente cognitivo: Consiste en la valoración personal de las emociones que estamos experimentando su catalogación. Este proceso puede ser consciente como inconsciente, y el dominio del lenguaje juega un papel importante.

Existen teorías complementarias acerca de los componentes de las emociones. Una de las más apoyadas es la de Kolb (2005), que clasifica los componentes en fisiológicos, cognitivos y conductuales.

La Figura 1 muestra un modelo de emoción (Bisquerra, 2009), que engloba la teoría expuesta previamente.

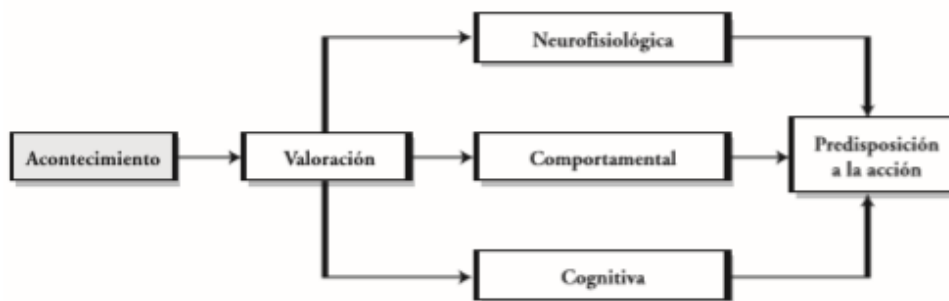


Figura 1. Modelo de emoción de Bisquerra (2009).

1.3. Funciones de las emociones

Existe un consenso cuando hablamos de las funciones principales que tienen las emociones. Siguiendo a Adolphs (2002), “las emociones constituyen una serie de mecanismos corporales desarrollados durante la historia evolutiva de los organismos, susceptibles de modificarse, al menos en parte, mediante el aprendizaje y la experiencia y cuyo principal objetivo es aumentar la homeostasis, la supervivencia y el bienestar del organismo”. No obstante, Mora (2008) señala una serie de funciones que engloba en diferentes apartados:

- Nos defienden de estímulos nocivos (enemigos) y nos aproximan a estímulos placenteros o recompensas (agua, comida, juego) que mantengan la supervivencia.
- Hacen que la conducta ante acontecimientos sea polivalente y flexible. Son reacciones que ayudan a encontrar al individuo la respuesta más adecuada y útil entre un repertorio posible.
- Alertan al individuo como un todo único ante un estímulo específico.

- Mantienen la curiosidad y el interés por el descubrimiento de lo nuevo.
- Sirven como lenguaje para comunicarse unos individuos con otros (de la misma especie o de especies diferentes). En el ser humano, el lenguaje emocional es básico, y crea lazos que pueden tener claras consecuencias de éxito para la supervivencia física y social.
- Sirven para almacenar y evocar memorias de una manera más efectiva. Si un acontecimiento tuvo una carga emocional importante, es muy complicado olvidarlo.
- Juegan un papel importante en el proceso de razonamiento. Los procesos cognitivos en general, se crean en las áreas de asociación de la corteza cerebral con información que ya viene impregnada de colorido emocional, con la etiqueta de bueno o malo.

1.4. Tipos de emociones

Ibarrola (2013) clasifica las emociones en cuatro tipos diferentes: emociones primarias, emociones secundarias, emociones en segundo plano y emociones instrumentales. En la propuesta metodológica práctica solo trabajaremos las emociones primarias y secundarias.

a) Emociones primarias.

Tanto Ibarrola (2013, p.142) como Damasio (2000) definen las emociones primarias como “aquellas reacciones innatas, preorganizadas, del organismo ante un estímulo del entorno”. Este tipo de emociones son automáticas e inconscientes, nos afectan durante toda nuestra vida y constituyen impulsos instantáneos que aseguran nuestra supervivencia. Cumplen una función adaptativa y están muy ligadas a unas reacciones fisiológicas, que se asocian a cada emoción. Las emociones primarias destacadas son:

- La ira: Las situaciones desagradables desencadenan esta emoción. La sangre fluye hacia las manos, el ritmo cardíaco aumenta y se liberan hormonas, como la adrenalina.
- El miedo: Es un estado de máxima alerta en busca de una respuesta adecuada. Hay una redistribución de la sangre, y se asocia con la inquietud y nerviosismo que garantizan nuestra supervivencia.

- La alegría: Inhibición de las sensaciones negativas y de intranquilidad, dejando paso a la tranquilidad y la paz. Está asociada con el placer, la diversión y la euforia.
- La sorpresa: Se produce la respuesta fisiológica del levantamiento de cejas, que permite ampliar el campo visual y que llegue más luz a la retina, que facilita el análisis de la situación inesperada.
- El asco: Sirve para alejar a los humanos de elementos desagradables. Se produce un intento de bloqueo de las fosas nasales, que ha sido importante para garantizar la supervivencia.
- La tristeza: Surge como consecuencia de una pérdida significativa, y tiene una función adaptativa que origina un descenso de la energía y el entusiasmo. Se frena el metabolismo del organismo y conduce al aislamiento y recogimiento.

b) Emociones secundarias.

A diferencia de las emociones primarias, las emociones secundarias son conscientes y deliberadas. El ser humano las crea mediante la influencia de las experiencias pasadas, el medio en el que vive o las creencias personales. La emoción dependerá de la valoración que hagamos del acontecimiento. Emociones como la culpabilidad, los celos, la desconfianza o la vergüenza serían emociones secundarias que han sido adquiridas con la influencia de situaciones vividas en el pasado.

c) Emociones en segundo plano

Son emociones que se asocian a lo que experimenta la persona en función del estado de ánimo que se encuentre, tensa o relajada, triste o alegre, ansiosa o serena, etc. Se diferencian del resto de emociones porque son más duraderas en el tiempo, aunque presentan un carácter oscilante, que contrasta con la espontaneidad de las emociones primarias y las sensaciones tan marcadas de las emociones secundarias. Ibarrola (2013) presenta un ejemplo para aclarar este concepto que es el de un profesor que se enfada de forma rápida. Aunque el enfado se pase, persiste un sentimiento de irritabilidad que dura todo el día, que condiciona el resto de tareas que desempeña.

El lenguaje no verbal tiene una importancia capital en este tipo de emociones, ya que existen signos reveladores como la postura corporal, la animación de la cara o la luz de los ojos, que son indicios que debe observar un profesor para detectar estados de ánimo que puedan condicionar los procesos de aprendizaje, concentración y memorización de

los alumnos. Ibarrola (2013) concluye con que las emociones en segundo plano afectan directamente al aprendizaje, siendo la causa de muchos problemas en el aula.

d) Emociones instrumentales

Ibarrola (2013) recoge la definición de Leslie Greenberg para explicar este tipo de emociones. Destacan principalmente por el deseo de conseguir un objetivo. Expresamos estas emociones de forma consciente y automática pensando en los beneficios que nos aportan. Se utilizan para manipular a los demás, con la finalidad de conseguir el objetivo que deseamos.

El terreno emocional es tan ambiguo que podemos encontrar multitud de clasificaciones de las emociones y diferentes teorías acerca del concepto de emoción y sus funciones. Lo que no deja lugar a dudas, es la importancia de tenerlas en cuenta en el aprendizaje de los alumnos, y la necesidad de una educación emocional que les ayude a identificar, reconocer y regular sus propias emociones.

2. EDUCACIÓN EMOCIONAL

2.1. Concepto de educación emocional

El concepto de educación tradicional está asociado históricamente al desarrollo cognitivo, a la priorización de unos aprendizajes sobre otros y la regulación de la conducta de los alumnos. La educación de las emociones es un aspecto que no tenía cabida en la escuela tradicional, siendo infravalorado y relegado al ámbito familiar. Sin embargo, en las últimas décadas muchos educadores y psicólogos han defendido que para un desarrollo completo de la inteligencia no podemos olvidarnos de la dimensión emocional de la persona, ausente en los planes de estudios en las escuelas. Además, muchos son los que aseguran que los alumnos que manejan determinadas competencias emocionales tienen mayor rendimiento académico. Y es la educación emocional la que engloba las estrategias para desarrollar estas competencias emocionales.

Bisquerra (2000) aclara el concepto de educación emocional, y la define como:

“un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.”

La educación emocional tiene como finalidad optimizar el desarrollo humano. No solo debemos centrarnos en el desarrollo físico o intelectual, sino que mediante la educación

de las competencias emocionales lograremos el desarrollo integral de la persona. No cabe ninguna duda, por consiguiente, que la educación emocional debería estar presente en el currículo académico escolar, desde los primeros cursos hasta los últimos, ya que es un aprendizaje que es útil durante toda nuestra vida. Bisquerra (2009) señala que la educación emocional requiere perseverancia durante toda la vida, porque las competencias emocionales son las más difíciles de adquirir, y es importante que se realice un trabajo continuado con este tipo de competencias durante los años, como si un ciclo vital se tratase.

2.2. Fundamentos de la educación emocional

Bisquerra (2008) defiende la transversalidad de la educación emocional en el desarrollo de las competencias emocionales, que recoge aportaciones e innovaciones educativas producidas en las últimas décadas. Destaca varias de las aportaciones en las que se basa la educación emocional:

- Los movimientos de la renovación pedagógica. Lo más relevante de esta escuela era la “educación para la vida”, donde todo giraba en torno a la afectividad del alumnado. Este movimiento tuvo el apoyo de figuras ilustres como Pestalozzi, Froebel, Dewey, Tolstoi, Montessori, Rogers, etc.
- El counseling y la psicoterapia. Se centran en los problemas emocionales (ansiedad, depresión, estrés), y el intento de solucionarlos a través de la terapia emocional. Destacan los psicoanalistas Carl Rogers (psicología humanista), Victor Frankl (logoterapia) y Albert Ellis (psicoterapia racional-emotiva).
- Las teorías de las emociones. Pese a haber teorías emocionales desde el origen de la historia, no es hasta finales del siglo XIX cuando, de la mano de Charles Darwin, William James o Cannon, se empieza a analizar las emociones desde enfoques más científicos y biológicos. Destacaron décadas después por sus trabajos psicólogos como Arnold, Buck, Ekman o Izard.
- La teoría de las inteligencias múltiples. Gardner (1995), fundamentalmente en el campo de la inteligencia interpersonal e intrapersonal, que miden la capacidad de relacionarnos con otras personas y el autoconocimiento de uno mismo.
- El concepto de inteligencia emocional. Mayer y Salovey (1990) definieron este concepto, que difundido por Goleman (1995) y ha sido el punto de partida de muchas investigaciones psicológicas.
- Aportaciones de la neurociencia. Han añadido mucha información sobre el funcionamiento cerebral de las emociones.

- Aportaciones de la psiconeuroinmología. Señalan cómo las emociones pueden afectar al sistema inmunitario, lo que evidencia una relación indiscutible entre las emociones y la salud.

2.3. Justificación de la educación emocional

La educación emocional es absolutamente necesaria en la escuela, y existen razones de peso que justifican la incursión de esta educación en los currículos escolares. Ibarrola (2013) considera que la educación emocional debería estar presente en la escuela porque:

- La educación tiene como objetivo el pleno desarrollo de la personalidad integral del alumno, y no podemos olvidarnos del desarrollo emocional, dándole solo importancia al desarrollo cognitivo.
- Las relaciones interpersonales son claves en la educación, y todas las relaciones entre personas se caracterizan por fenómenos emocionales.
- La frase “conócete a ti mismo” fue el lema de Sócrates y uno de los objetivos del ser humano. La educación emocional tiene como uno de sus pilares la identificación de las propias emociones.
- La educación emocional tiene que ser un recurso para prevenir el fracaso escolar incipiente cada vez en cursos más bajos. Además, mediante la mejora de la autoestima y la regulación de las emociones se pueden paliar el estrés y ansiedad asociados a los exámenes.
- La educación emocional proporciona estrategias para expresar las emociones de forma adecuada, y evitar, por consiguiente, posibles conflictos que puedan ser ocasionados por una regulación equivocada de las emociones.
- La neurociencia afirma que existe una relación entre las emociones y la salud, por lo que el adecuado control de las emociones que sentimos influirá positivamente en nuestro estado de salud.
- La educación emocional aporta estrategias para generar estados emocionales positivos, que son la clave, según nuevas investigaciones, de la felicidad.
- La relación entre las emociones y el aprendizaje está confirmada por recientes trabajos de investigación. La dimensión emocional de la persona juega un papel crucial en su aprendizaje, pudiendo bloquear los procesos cognitivos del individuo.

Por otra parte, Bisquerra (2009) añade que la educación emocional “es una forma de prevención primaria inespecífica”. Entendiendo que hay competencias que se aplican a

múltiples situaciones, como el consumo de drogas, prevención del estrés, la ansiedad o la violencia; la educación emocional disminuye sustancialmente la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones, o previene su ocurrencia.

2.4. Las competencias emocionales y sus dimensiones

La educación emocional tiene como objetivo desarrollar las competencias emocionales. “Las competencias emocionales son un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.” (Bisquerra y Pérez, 2007).

La adquisición y el manejo de estas competencias facilitan la adaptación del individuo al medio social que le rodea, y ayudan a gestionar determinadas situaciones de la vida como los procesos de aprendizaje, la solución de problemas o incluso la obtención de un puesto de trabajo. Estas competencias no son cualidades innatas, sino que el ser humano ha tenido que aprenderlas. “Analfabetismo emocional” es el término que utiliza Goleman para referirse a la ausencia total de estas habilidades.

Existen numerosos modelos de competencias emocionales, pero quiero destacar el modelo pentagonal de Bisquerra, donde las competencias emocionales están estructuradas en cinco bloques. En la Figura 2 se puede apreciar gráficamente el pentágono de competencias emocionales que propone este autor. Basándonos en Bisquerra 2008, Bisquerra 2009 e Ibarrola 2013, los bloques corresponderían a:

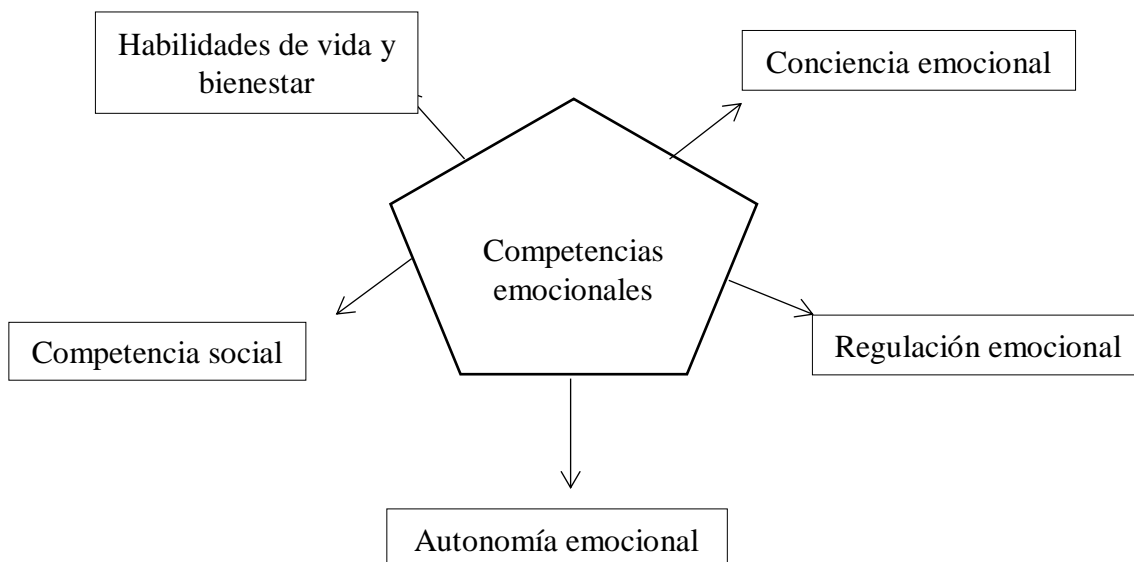


Figura 2. Competencias emocionales

Conciencia emocional: es la capacidad de conocer las propias emociones y de las emociones de los demás. Además, mediante la auto-observación y la observación del

comportamiento de las personas, también es la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Supone sentir, pensar y actuar en función de los estados emocionales.

Regulación emocional: es la capacidad de manejar las emociones de forma apropiada. Tiene como objetivo el equilibrio entre la represión y explosión emocional, y supone el conocimiento de la relación entre emoción, cognición y comportamiento. Destacan aspectos como el desarrollo de habilidades de afrontamiento de conflictos, de manejo de la ira y autocontrol. Además, tiene importancia la capacidad de autogenerar emociones positivas.

Autonomía emocional: engloba un conjunto de habilidades relacionadas con la autogestión personal y la independencia emocional. Estamos hablando de la autoestima, autoconfianza, automotivación, responsabilidad, capacidad de esfuerzo, actitud positiva ante la vida, capacidad de pedir ayuda, etc.

Habilidades socioemocionales: son la capacidad para mantener relaciones satisfactorias con otras personas, y están constituidas por un conjunto de habilidades que promueven dichas relaciones. Implica el manejo de habilidades sociales básicas, como el respeto, la comunicación receptiva, la cooperación, la asertividad, la resolución de conflictos o la capacidad para gestionar situaciones emocionales.

Competencias para la vida y el bienestar: son la capacidad para afrontar nuestra vida de forma equilibrada, adoptando comportamientos apropiados que nos ayuden a superar los desafíos de nuestra vida. Implican general estados emocionales positivos y promover el bienestar subjetivo.

3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

3.1. Concepto de inteligencia emocional

La Inteligencia Emocional (IE) es un término que va apareciendo con más fuerza en el ámbito educativo y psicopedagógico. Para la mayor parte de la población, el concepto de inteligencia emocional se popularizó gracias al best-seller de Goleman (1995). Las ideas del psicólogo estadounidense sobre las contribuciones de la IE para la sociedad y el individuo tuvieron tanto éxito que suscitaron en numerosos autores posteriores la necesidad de explicar y completar este nuevo constructo.

Sin embargo, las investigaciones sobre lo que ahora llamamos Inteligencia Emocional habían empezado décadas antes, cuando a principios de los años 90 Mayer y Salovey

siguieron con una tendencia iniciada por Thorndike setenta años antes (Thorndike, 1920) y continuada por grandes psicólogos como Weschsler (1940), Gardner (1983) o Sternberg (1988; 1996). El elemento común de estos trabajos fue otorgar una importancia fundamental a los componentes “no cognitivos”, entre los que se encontraban los factores afectivos, emocionales, personales y sociales, y que podían predecir nuestras habilidades de adaptación y éxito en la vida.

En la actualidad, la inteligencia emocional es considerada una inteligencia más (Mayer, Caruso y Salovey, 1999; Mayer, Salovey, Caruso y Sitarenios, 2001), y constituye una síntesis de cuatro habilidades básicas, que son:

“la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento personal e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997, p.3-31).

Nadie puede negar que la sociedad ha colocado históricamente el conocimiento académico por encima de cualquier dimensión emocional, y en las escuelas un niño era denominado inteligente cuando evidenciaba su dominio en las lenguas clásicas y matemáticas. Sin embargo, en los últimos años ese pensamiento ha perdido adeptos, y la población va convenciéndose de que el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales tiene al menos la misma importancia en la vida que el conocimiento académico. Sánchez, Fernández-Berrocal, Montañés y Latorre (2008) aseguran que inteligencia académica no asegura el éxito profesional, ya que las personas exitosas no son los niños que tenían el coeficiente intelectual más alto o un expediente académico brillante, sino las que lograron conocer sus emociones, las gestionaron de una forma adecuada y establecieron unas relaciones interpersonales satisfactorias. Además, añaden que en la vida personal el éxito tampoco va ligado al coeficiente intelectual, ya que la felicidad con nuestra pareja, familia y amigos depende de las relaciones emocionales y sociales, que garantizan el bienestar personal y social. En esta línea, Ibarrola (2013) señala un estudio que asegura que el CI no contribuye en más de un 25% del éxito de una persona, en contraposición con el cociente emocional, que influye entre un 60% y 70%.

3.2. Modelos inteligencia emocional (dimensiones)

Existen diferentes modelos de inteligencia emocional: el de Salovey y Mayer, el de Goleman y el de Bar-On. En cada uno de los modelos se plantean diferentes dimensiones

sobre este tipo de inteligencia, donde se exponen diferentes puntos de vista, aunque algunos elementos coincidan.

Mayer y Salovey (1997) estructuran la inteligencia emocional en cuatro apartados, y defienden que tanto la inteligencia emocional como la inteligencia general implican una capacidad para procesar información. La cuestión diferenciadora de este modelo es la concepción de la inteligencia emocional como resultado de dos operaciones mentales básicas: emoción y cognición, cada una por su lado.

Sin embargo, hay otros autores que pensaron de una manera distinta, como Goleman (1995), que se basó en la inteligencia personal e interpersonal, y aseguró que el cociente emocional (CE) podría sustituir en el futuro al cociente intelectual (CI). En una de sus últimas publicaciones, Goleman (1998) modifica su modelo inicial y establece que las dimensiones de la inteligencia emocional son: autoconciencia, autorregulación, automotivación, empatía y habilidades sociales.

4. NEUROEDUCACIÓN: EMOCIONES Y APRENDIZAJE

El estudio del cerebro ha sido una cuestión esencial para muchos científicos durante los últimos siglos, que han tratado de arrojar algo de luz en el terreno de la investigación de las partes y las funciones del mismo. Históricamente la educación ha sido un concepto asociado al desarrollo cognitivo del alumnado, mediante el cual se alcanzaba el desarrollo integral del mismo. Sin embargo, las corrientes pedagógicas de los últimos siglos han comenzado a defender la dimensión emocional de los alumnos como parte fundamental de su desarrollo. Se ha llegado a la conclusión de que la instrucción no es suficiente para que el alumno aprenda, sino que es esencial la implicación e interés del sujeto en su proceso de aprendizaje.

En este contexto aparece la neuroeducación, una nueva visión de la enseñanza que se basa en el cerebro, ya que tiene en cuenta los conocimientos sobre cómo, y los utiliza para mejorar los procesos de memoria y aprendizaje. (Mora, 2007).

Uno de los objetivos de la neuroeducación es el de alcanzar un pensamiento crítico a través de la enseñanza, además de potenciar la creatividad o aprendizaje en disciplinas que normalmente no están asociadas a la diversión ni al terreno lúdico.

El medio social que nos rodea y la cultura en la que vivimos nos influyen y condicionan, y por consiguiente determinan nuestra capacidad de aprender. Este es uno de los puntos clave de la neuroeducación, que defiende que las habilidades de aprendizaje de los niños

son variables y se ven influenciadas por el entorno. Influyen factores genéticos y factores externos que pueden afectar al cerebro desde el nacimiento del niño. (Mora, 2007).

La neuroeducación gira en torno al hecho de que las emociones son la base de cualquier aprendizaje. Mora (2013) asegura que son las emociones las que inician y mantienen la curiosidad y la atención sobre algo nuevo, lo que hace despertar el interés. Ya nadie duda de que el binomio emoción-cognición es indisoluble, por lo que la emoción es un factor básico del proceso cognitivo, del razonamiento. Las emociones, según defiende Francisco Mora, son la base de todos los procesos de aprendizaje, ya que sin emoción no existen otros fenómenos como la atención, la curiosidad o la memoria, por lo tanto no se puede dar el aprendizaje.

Todos sabemos lo importante que es que los alumnos estén atentos a lo que está explicando el profesor. El mecanismo que provoca la atención hacia las cosas importantes para nosotros de una forma natural es la curiosidad. Permite detectar un elemento diferente dentro de la monotonía y provoca que se preste atención a ese elemento de forma inconsciente. Si ese conocimiento interesa al alumno, se aprende y se memoriza. Y es que cada vez está más claro que los alumnos únicamente están en predisposición de aprender si los contenidos les motivan, encienden su curiosidad. En este sentido, Mora (2013) destaca el juego como la herramienta ideal para estimular la curiosidad del individuo. Defiende mediante el juego se combinan la curiosidad y el placer y “es el arma más poderosa del aprendizaje”.

Para Ibarrola (2013), la motivación es lo que nos impulsa a actuar para alcanzar y lograr un objetivo. Cuando nos proponemos una meta, es la motivación la que se encarga de animarnos a que la consigamos. Sin motivación, por lo tanto, no hay esfuerzo ni aprendizaje. La motivación y las emociones tienen una relación muy estrecha, ya que son las emociones las que evalúan si actuar o no sobre las cosas, en función de si el efecto que producen es placentero o desagradable. Es importante, por lo tanto, que los tutores tengan en cuenta la motivación de los alumnos y desempeñe estrategias que les causen interés y curiosidad.

Es imposible llegar al aprendizaje sin pasar por la atención. La atención es el mecanismo mediante el cual se aprende y se memoriza la información del exterior. Sin atención no hay aprendizaje ni memoria. Mora (2013) señala que es fundamental provocar la atención en los alumnos, y la forma más eficiente es conseguir que el alumno sienta curiosidad por lo que se le está explicando. La fórmula es muy simple, cuando hay curiosidad, la atención le sigue de forma automática, y se deja paso al aprendizaje y la memoria.

La atención y la emoción están en permanente interacción, ya que el estado emocional de las personas determina en gran parte su atención. Dicho esto, existen numerosas emociones desagradables para el individuo que desvían la atención hacia otras cuestiones, impidiendo que se concentre en la nueva información. Para Ibarrola (2013), un método para facilitar el aprendizaje dentro el aula es establecer un clima emocional positivo entre los compañeros y el profesor, donde tengan cabida estados emocionales que desencadenen en aprendizaje. Además, señala que estrategias como las amenazas desestabilizan emocionalmente al alumno y dificultan su capacidad atencional.

La memoria es el proceso final del aprendizaje, la cual nos permite recuperar los conocimientos aprendidos previamente, de forma sencilla. Existen diferentes tipos de memorias, que hacen posible que retengamos una información a corto o largo plazo. Sin embargo, las investigaciones de la neuroeducación hacen hincapié en la relación entre las emociones y la memoria. Es evidente que todo acontecimiento que tiene una carga emocional es recordado más fácilmente y de forma más duradera. Los profesores, por lo tanto, deben desempeñar estrategias que tengan un contenido emocional y desencadenen emociones, ya que el aprendizaje se asentará en la memoria de una forma consistente y será más fácil de recordar.

PROPUESTA METODOLÓGICA: ¿CONOCES EL BARRIO? ¡ES PARA TODOS!:

Una vez expuestas la importancia de la Educación Emocional, del desarrollo de las competencias emocionales y la relación que existe entre las emociones y el aprendizaje de los alumnos, llega la parte práctica del trabajo, donde se desarrolle una propuesta didáctica cuyo objetivo sea el desarrollo integral del alumno, al mismo tiempo que se le da relevancia al terreno emocional y sin despegarse del currículo educativo.

PRESENTACIÓN DEL PROYECTO Y JUSTIFICACIÓN

El proyecto que he diseñado se titula “¿Conoces nuestro barrio? ¡Es para todos!”, ya que el tema central será el aprovechamiento del entorno del colegio, donde se desarrollarán varias de las sesiones. Hemos de suponer que el tema ha sido escogido por los alumnos, los cuales, teniendo en cuenta sus intereses han llegado a un acuerdo para establecer este tema como la columna vertebral del proyecto. He elegido este tema teniendo en cuenta las diversas posibilidades que aporta el desarrollar las diferentes sesiones al aire libre y

en espacios diferentes, lo que considero que resulta más motivante para el alumnado. Además, son lugares adecuados para la diversión y el esparcimiento, por lo que la disposición de los alumnos para trabajar será mayor. Por otra parte, creo que es bueno que conozcan la realidad que les rodea. Un barrio lo forman muchas personas diferentes y muchos lugares distintos. Es importante que adquieran una mayor perspectiva sobre lo que supone la convivencia y apreciación del medio que nos rodea.

El proyecto, además de tener el barrio del colegio como tema central del mismo, surge como consecuencia de un problema que ha ocurrido una clase de 5º de Primaria del CEIP Duquesa de la Victoria. Durante el primer trimestre, el clima afectivo de la clase ha empeorado radicalmente y en el día a día de los alumnos se pueden observar numerosas faltas de respeto, ausencia de regulación emocional y una empatía muy deficiente por parte de la mayoría de los alumnos. Esto está afectando a la autoestima de varios de ellos y considero importante implantar un proyecto que trabaje las competencias emocionales desde varios ámbitos y que consiga remediar la situación.

POBLACIÓN

Características del centro y su entorno

El proyecto está destinado al Colegio de Educación Infantil y Primaria Duquesa de la Victoria, un centro emplazado en una zona relativamente céntrica de la ciudad, y que con sus 12.000 metros cuadrados de superficie es el más grande de los colegios circundantes. Está dividido en dos edificios principales: el destinado a Educación Infantil y el de Educación Primaria. Además, cuenta con un patio bastante amplio y un pabellón polideportivo en el interior del recinto. El centro cuenta con tres líneas completas tanto en Infantil como en Primaria, por lo que dispone de 9 unidades de EI y 18 de EP.

El CEIP Duquesa de la Victoria está ubicado entre la zona centro y este de Logroño, próximo al Ayuntamiento y al Casco Histórico mediante Avenida de la Paz. El centro se encuentra rodeado por las calles Duquesa de la Victoria y Padre Claret, la Plaza de las Chiribitas y el Polideportivo Municipal Lobete. En las inmediaciones del centro escolar podemos encontrar, además, numerosos servicios que enriquecen la zona, como una oficina de Correos, el Centro de Alta Resolución San Millán (CARPA), la Parroquia Inmaculado Corazón de María, el Polideportivo Municipal Lobete o el I.E.S. Hermanos D'Elhuyar. También encontramos en este entorno multitud de entidades bancarias, cafeterías e incluso supermercados, sobre todo en la zona de Avenida de la Paz. El

Parque de las Chiribitas y la calle Albía de Castro sirven como lugar de recreo y esparcimiento para que los alumnos puedan jugar antes y después del horario lectivo.

Características del alumnado

El grupo está compuesto por 25 alumnos, divididos en 14 chicos y 11 chicas. Tienen todos entre diez y once años. Hay dos alumnos de nacionalidad marroquí, de incorporación reciente al sistema educativo español. En general son curiosos, y destaca su interés por aprender. El nivel académico es bastante bueno respecto al curso que se encuentran, pero en los últimos meses éste ha disminuido considerablemente. Existen varios grupos bastante cerrados dentro del conjunto de la clase, y cada vez son más frecuentes las faltas de respeto y las malas contestaciones. No existe un sentimiento de pertenencia al grupo-clase, y las habilidades socioemocionales están debilitadas. No obstante, es indudable el potencial de los alumnos y considero que, si se refuerzan las competencias emocionales, el clima del aula mejorará y el rendimiento, por consiguiente, también.

OBJETIVOS DE LA INICIATIVA

De acuerdo con las pautas que establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Rioja, Decreto 24/2014, de 13 de junio, se van a trabajar una serie de contenidos que corresponden a diferentes áreas:

- Asignatura troncal: Ciencias Sociales
- Asignatura troncal: Lengua Castellana y Literatura
- Asignatura troncal: Matemáticas
- Asignatura específica: Educación Artística
- Asignatura específica: Educación Física
- Asignatura específica: Valores Sociales y Cívicos

Los contenidos de dichas asignaturas se evaluarán a través de unos criterios de evaluación y unos estándares de aprendizaje evaluables. Además, se trabajarán las competencias que se establecen en la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) y las competencias emocionales propuestas por Rafael Bisquerra.

METODOLOGÍA

La metodología utilizada será el aprendizaje basado en proyectos (ABP). Este método se basa en un conjunto de actividades cuyo objetivo es la resolución de problemas o preguntas que se hayan desencadenado en el contexto escolar. Pretende conectar los problemas que acontecen en la realidad con la artificialidad del currículo educativo, por lo que este aprendizaje está asociado a la vida real y presenta utilidad, consiguiéndose así un aprendizaje significativo en el alumnado. Psicólogos como Vygotsky, Piaget, Bruner, Kilpatrick o Dewey establecieron, con sus teorías constructivistas, las bases del aprendizaje basado en proyectos.

Jones, Rasmussen y Moffitt (1997) aseguran que es una metodología que “implica al alumno en el diseño y planificación del aprendizaje, en la toma de decisiones y en procesos de investigación”. Y es que una de las cuestiones más interesantes de esta metodología es que es activa-participativa, ya que los alumnos pueden escoger el tema sobre el que se va a trabajar, por lo que aumentan su motivación e interés. A veces el tema lo escoge el profesor y otras veces en conjunto con sus alumnos, pero siempre parte de los intereses del grupo y/o de sus necesidades.

La función del maestro será el de guía u orientador en el aprendizaje, rompiendo así con la estructura de la escuela tradicional en la que el maestro transmitía unos conocimientos para que el alumno los memorizaba. Se establece la idea de que el conocimiento se crea y se descubre, y el maestro es el encargado de guiar los procesos de construcción de conocimiento de los alumnos.

El sistema educativo actual está estructurado de una forma disgregadora y fragmentada respecto a las diferentes áreas. Se trabajan cada una por separado olvidando que la realidad no es fragmentada, sino que existen problemas que abarcan varias áreas y requieren de diferentes habilidades. El ABP otorga una visión de conjunto al problema, lo que hará que los alumnos valoren la utilidad de su aprendizaje para la vida real.

TEMPORALIZACIÓN

El proyecto está estructurado en 10 sesiones que se llevarían a cabo en el segundo trimestre del curso, tras las vacaciones de Navidad. No todas las sesiones tienen la misma duración, ya que están adaptadas a las características de cada actividad. El proyecto está compuesto por 5 sesiones de 60 minutos, 3 sesiones de 90 minutos, 1 sesión de 120 minutos y 1 sesión de 75 minutos. Las sesiones no tendrán un lugar fijo de desarrollo, ya

que habrá varias que se realicen en el aula y otras en los lugares del barrio correspondientes.

Durante el transcurso del proyecto se van a trabajar de forma paulatina las competencias emocionales a la vez que determinados contenidos del currículo. Algunas de las actividades están inspiradas en el trabajo de Renom (2003). El desarrollo de las sesiones el siguiente:

Sesión 1: Empezamos en Albía de Castro	Duración: 120 minutos
Áreas implicadas: Ciencias Sociales, Lengua Castellana y Literatura y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Tablet digital y cuaderno.
	Agrupamientos: En grupos de 5 y el grupo-clase al completo.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Comprender el concepto de escala en un mapa. - Trabajar en equipo para calcular la distancia recorrida. - Realizar una descripción oral delante de sus compañeros. - Identificar los diferentes tipos de emociones que puede provocar un acontecimiento 	
Descripción de la sesión: <p>20 minutos: Comenzamos explicando a los alumnos en qué va a consistir el proyecto, los objetivos que tiene y cómo lo vamos a llevar a cabo. Determinaremos “el barrio del colegio” como tema central, así que con sus tablets interactivas tendrán que consultar un mapa digital y entre todos definiremos qué es un barrio y cuál es el barrio del colegio.</p> <p>55 minutos: Introducimos en el aula el concepto de escala en un mapa y su utilidad, y vamos con la clase a conocer el primer lugar del barrio para realizar un ejercicio práctico allí: la calle Albía de Castro. Se formarán grupos y repartiré a cada grupo un mapa de la calle con un recorrido (Anexo I). Tendrán que contar los metros entre cada punto del recorrido y calcular, ayudándose de la escala, la distancia que tiene el recorrido que han hecho. Una vez hayan terminado, cada grupo tiene que escoger un lugar de la calle que les guste y realizar una descripción oral del lugar frente al resto de la clase. Tendrán tiempo para preparar la descripción y la expondrán entre todos.</p> <p>40 minutos: Nos sentaremos en un lugar tranquilo y realizaremos una actividad que trabaja la conciencia emocional. Escogeremos tres emociones primarias: alegría, tristeza y miedo; y todos los alumnos tendrán que recordar situaciones que hayan vivido durante los últimos días que les hayan producido esas emociones. Un alumno irá apuntando todas las situaciones de sus compañeros, y cuando hayan participado todos se comentará cada caso, haciendo especial énfasis en la diferencia que existe de cómo vivimos cada situación las personas. Intentaremos que comprendan que hay multitud de emociones, que todas son válidas y que cada uno vive una situación de una forma diferente al resto.</p>	
Evaluación: Se llevará a cabo una evaluación inicial de los conocimientos de los alumnos al comienzo de la sesión. Durante su transcurso, se evaluará de forma observacional el grado de consecución de los objetivos.	

Sesión 2: Noticias emocionantes en el aula	Duración: 60 minutos
Áreas implicadas: Lengua Castellana y Literatura y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Extractos de noticias, cuaderno y fichas de emociones.
	Agrupamientos: En grupos de 5.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la conciencia emocional. - Regular la expresión de emociones. - Cooperar y respetar las opiniones ajenas. - Entender el concepto de campo léxico de una palabra y saber poner ejemplos. 	
Descripción de la sesión: <p>En esta sesión realizaremos una actividad que tiene como objetivo trabajar la conciencia y la regulación emocionales, al mismo tiempo que trabajan con textos de género periodístico y comprenden el concepto de campo léxico.</p> <p>40 minutos: Dividiremos a los alumnos en grupos de 5 y cada grupo le daremos unas fichas que corresponden a diferentes emociones: alegría, ira, tristeza, enfado, amor y vergüenza. El maestro llevará a clase noticias relacionadas con el barrio del centro (preferiblemente de interés para los alumnos) y leerá de forma pausada una de las noticias. En cada pausa cada grupo tendrá que decidir qué emoción provoca lo que se acaba de leer. Los miembros del grupo tendrán que ponerse de acuerdo y un secretario apuntará en la pizarra las emociones que han sido seleccionadas. Una vez terminada la lectura, se realizará una reflexión entre todos acerca de las distintas reacciones que tenemos ante una misma situación. Conviene remarcar que existe una reacción impulsiva que ocurre cuando, en este caso, escuchamos la noticia y que existe otra reacción reflexiva. Es importante identificar las emociones y reflexionar antes de actuar, y así se evitarán esas respuestas impulsivas.</p> <p>20 minutos: Explicaré lo que es el campo léxico de una palabra, y tras poner varios ejemplos repartiré las noticias a los distintos grupos. De forma individual, tendrán que seleccionar tres palabras que estén en el periódico y escribirlas en sus cuadernos junto a otras 5 palabras que pertenezcan al campo léxico de cada palabra.</p>	
Evaluación: El maestro evaluará el grado de implicación de los alumnos en la actividad, su capacidad de trabajo en equipo y la complejidad de sus reflexiones sobre las respuestas impulsivas que tenemos ante las situaciones. Además, corregirá el ejercicio sobre el campo léxico que realizan en su cuaderno.	

Sesión 3: De compras por el barrio	Duración: 90 minutos
Áreas implicadas: Matemáticas y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: 5€ (monedas o billete)
	Agrupamientos: Grupos de 12 alumnos.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Conocer el Sistema Monetario Español. - Saber manejar monedas y billetes en situaciones cotidianas. - Desarrollar las habilidades de comunicación del alumnado. - Trabajar la empatía y la comprensión activa de los demás. 	
Descripción de la sesión: <p>En esta sesión se trabajará con la mitad del grupo o con la ayuda de un maestro que permita gestionar el grupo entero.</p> <p>90 minutos: Recordaremos a los alumnos las monedas y billetes que se utilizan en España y las normas de educación que existen cuando se entra a un establecimiento público. Después saldremos a la Calle Duquesa de la Victoria y Avenida de la Paz y cada uno dispondrá de 5€ para comprar los productos que desee en los comercios que hay en dichas calles. El grupo se moverá siempre junto y el maestro supervisará las compras que realicen los alumnos. En caso de que algún alumno no tenga dinero podrán utilizar los 5€ en grupo.</p> <p>Una vez terminemos y hayamos vuelto al aula, comentaremos la importancia de ser educado con la gente que nos rodea, e invitaremos a que los alumnos se pongan en el lugar de las personas que les han atendido.</p> <p>Finalmente, cada alumno podrá explicar a la clase cómo ha gestionado sus 5€ y en qué los ha gastado.</p>	
Evaluación: Se realizará una evaluación inicial para establecer el conocimiento que tienen sobre el sistema monetario. Durante la sesión se evaluará mediante la observación las habilidades de los alumnos y su gestión del dinero.	

Sesión 4: Emociones y deporte	Duración: 60 minutos
Áreas implicadas: Educación Física y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Cuaderno.
	Agrupamientos: Grupos de 12, grupos de 5 y el grupo-clase completo.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Trabajar el autocontrol y la regulación emocional del alumnado. - Desarrollar actitudes positivas ante conflictos o dificultades de relación. - Buscar alternativas. - Fomentar el juego como herramienta de divertimento y aprendizaje. - Realizar una práctica deportiva activa. 	
Descripción de la sesión: <p>60 minutos: La sesión se desarrollará de forma íntegra en el Polideportivo Municipal de Lobete, junto al colegio. Tiene como objetivo trabajar la regulación emocional al mismo tiempo que practican una actividad deportiva. Dividiremos a los alumnos en dos grupos, y en cada grupo nombraremos un secretario. Los dos grupos jugarán un partido de fútbol unos contra otros donde no habrá ni árbitro ni faltas. Ellos serán los jueces del juego. Los secretarios anotarán las actitudes que observen durante el partido y tras el mismo expondrán a la clase los comportamientos que han apuntado.</p> <p>Se formarán grupos de 5 personas y tendrán que responder en un cuaderno a las siguientes preguntas: ¿Qué emociones han surgido? ¿Qué situaciones han provocado esta emoción? ¿Cómo se ha manifestado la emoción? ¿Qué podríamos hacer para evitar respuestas impulsivas ante estas situaciones? ¿Creéis que las normas favorecen el juego?</p> <p>Las respuestas deberán ser globales y tienen que hacer referencia a la emoción y a la conducta. Los secretarios leerán finalmente las reflexiones y promoveremos un pequeño debate.</p>	
Evaluación: Se llevará a cabo una evaluación procesual durante la sesión, que mediante la observación establezca su foco en el autocontrol y la regulación emocional de los alumnos. Además, será importante comprobar cómo se gestionan los conflictos y qué conclusiones obtienen los alumnos en sus respuestas finales.	

Sesión 5: Espejito mágico.	Duración: 60 minutos
Áreas implicadas: Lengua Castellana y Literatura y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Cuaderno y un espejo pequeño.
	Agrupamientos: Grupo-clase completo.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la conciencia emocional del alumnado. - Desarrollar las habilidades orales y de escritura de los alumnos. - Fomentar el autoconcepto y la aceptación personal. 	
Descripción de la sesión: <p>35 minutos: Bajaremos al patio del colegio y cada alumno pensará en una situación (positiva o negativa para él) que haya ocurrido en el patio o en los alrededores del colegio y en las emociones que han acompañado a esa situación. Escribirán en su cuaderno cada uno su experiencia y posteriormente podrán leerlo de forma voluntaria al resto de la clase. De esta forma trabajaremos la conciencia emocional, a la vez que exteriorizan y relacionan las emociones a un acontecimiento.</p> <p>25 minutos: Nos sentaremos formando un círculo, y de uno en uno cada alumno se mirará en un espejo pequeño mientras reflexiona sobre cómo es. Cada persona dirá en alto tres cualidades y tres defectos que cree que tiene. Con esta dinámica se trabaja la autovaloración y se fomentan la reflexión e introspección.</p>	
Evaluación: En esta sesión se evaluará la disposición del alumnado a la autoreflexión. Además, se corregirán sus producciones y así se comprobará el modo en el que expresan sus emociones.	

Sesión 6: Acróstico de cualidades	Duración: 60 minutos
Áreas implicadas: Educación Artística y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Papel y pinturas.
	Agrupamientos: Individual y grupo-clase completo.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Comprender el concepto de círculo cromático. - Saber distinguir entre colores fríos y cálidos. - Promover la autoestima y el autoconcepto entre el alumnado. 	
Descripción de la sesión: <p>60 minutos: La sesión comenzará con una explicación del círculo cromático, además de categorizar los distintos colores en fríos y cálidos. Después, individualmente tendrán que dibujarse en una parte del barrio. Puede ser la parte que quieran siempre y cuando esté próximo al colegio. Tendrán que utilizar tanto colores fríos como cálidos. Debajo del dibujo pondrán su nombre en vertical, y con cada letra de su nombre tendrán que escribir un adjetivo que corresponda con su forma de ser. Decorarán su diseño y entre todos crearán un mural al fondo de la clase con los dibujos y cualidades de todos los alumnos.</p> <p>De esta forma estamos trabajando el autoconcepto y la autoestima al mismo tiempo que se forma una composición hecha por todos donde conviven las distintas cualidades de cada uno.</p>	
Evaluación: Se evaluará tanto el proceso de creación de su dibujo como la presentación final del mismo, el cual debe reunir todas las condiciones expuestas al inicio.	

Sesión 7: Actuamos en Chiribitas	Duración: 90 minutos
Áreas implicadas: Ciencias Sociales, Lengua Castellana y Literatura y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Papel de coordenadas.
	Agrupamientos: Grupos de 6 y grupo-clase completo.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Comprender los conceptos de coordenadas geográficas, latitud y longitud. - Localizar un punto en un mapa a partir de sus coordenadas. - Fomentar las habilidades socioemocionales y de comunicación. - Trabajar en equipo para conseguir un objetivo. - Reconocer emociones que generan las relaciones. - Definir actitudes y conductas de relación. 	
Descripción de la sesión: <p>30 minutos: La sesión comenzará en clase, con una explicación teórica sobre las coordenadas geográficas. Se aclararán los conceptos de latitud y longitud y se enseñarán las estrategias para localizar un punto en un mapa sabiendo las coordenadas. Se dividirán en grupos y a cada grupo el maestro repartirá un plano donde aparecen marcadas unas coordenadas (Anexo II), y entre todos tendrán que averiguar de qué lugar se trata. El punto corresponde a la Plaza de las Chiribitas (20 grados sur, 10 grados oeste), el parque que limita al sur con el colegio, que será a donde nos desplazemos para realizar la segunda parte de la sesión.</p> <p>60 minutos: Una vez hayamos llegado al parque, explicaremos la actividad que promueve el desarrollo de las habilidades socioemocionales. Antes de empezar, los alumnos tendrán que enumerar y definir las maneras de actuar que existen entre las personas. Es indudable que no todos actuamos ni reaccionamos igual y es importante aclarar las diferentes formas que podemos encontrar.</p> <p>Después, los alumnos volverán a dividirse en grupos y tendrán que pensar en una historia que deberán representar, en la que cada miembro deberá actuar de una manera distinta de las citadas anteriormente. Se les dará tiempo para que se organicen y repartan los roles (incluso se les puede dar ejemplo si no se les ocurre ninguna historia) y las representarán delante del resto de alumnos.</p> <p>Cuando todos hayan terminado, nos sentaremos a reflexionar y tendrán que adivinar qué manera de actuar representaba cada uno y por qué. Además, hablaremos de las actitudes que favorecen las relaciones y contarán cómo hubiesen actuado realmente ellos en esos casos.</p>	
Evaluación: Se realizará una evaluación inicial al comienzo de la sesión para comprobar el conocimiento previo de los alumnos. Durante la sesión, evaluaremos mediante la observación el grado de consecución de los objetivos y en la última parte de la sesión se evaluará su representación final.	

Sesión 8: El Ayuntamiento lleno de emociones	Duración: 90 minutos
Áreas implicadas: Matemáticas y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Plano de Logroño y reproductor de música.
	Agrupamientos: Grupos de 5, grupo-clase completo y parejas.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar la escala de un mapa para calcular distancias en un plano. - Valorar las cualidades de los demás. - Evaluar cómo los compañeros influyen en el modo de comportarnos. - Detectar emociones a través del lenguaje no verbal. 	
Descripción de la sesión: <p>50 minutos: Dividiremos a la clase en grupos y repartiremos un plano de Logroño. Explicaremos que la sesión se va a desarrollar en la plaza del Ayuntamiento, que está próxima al centro, y los alumnos, utilizando la escala del plano, tendrán que calcular la distancia que hay entre el colegio y la plaza del Ayuntamiento a través de Avenida de la Paz.</p> <p>Cuando hayan calculado la distancia, el siguiente paso será ir hacia la plaza. Sin embargo, durante el camino los alumnos tendrán otra misión: identificar distintas emociones en las personas que se crucen en su camino. Cuando lleguemos a la plaza, los alumnos expondrán las diferentes emociones que han percibido en la gente y explicarán por qué lo creen.</p> <p>40 minutos: En la segunda parte de la sesión se llevará a cabo una dinámica para que trabaje la autoestima y las habilidades para la vida de los alumnos. Para ello dividiremos a la clase en dos grupos, que formarán dos círculos concéntricos. Sonará música y un círculo girará hacia un sentido y el otro círculo hacia el otro. Cuando la música se pare, los alumnos que queden uno enfrente de otro tendrán que decir una cualidad del otro. Cuando vuelva a sonar la música volverán a girar y la dinámica del ejercicio se repetirá. Finalmente nos sentaremos en el suelo y hablaremos de las sensaciones que han sentido cuando les han dicho algo positivo, y cómo influye eso en nuestras emociones y estado de ánimo.</p>	
Evaluación: Se evaluará la capacidad de utilizar la escala para calcular una distancia en un plano. Además, evaluaremos el grado de implicación del alumnado en la actividad y su capacidad para valorar las cualidades de sus compañeros.	

Sesión 9: ¿Quiénes son estos personajes?	Duración: 60 minutos
Áreas implicadas: Ciencias Sociales, Lengua Castellana y Literatura y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Tablets digitales.
	Agrupamientos: Grupos de 4 alumnos.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar herramientas digitales para acceder a la información. - Fomentar las habilidades orales de los alumnos. - Conocer figuras relevantes de la historia de la ciudad. - Interpretar las emociones y fomentar el pensamiento de perspectiva. 	
Descripción de la sesión: <p>Esta sesión tiene como objetivo integrar las TIC en la búsqueda de información, al mismo tiempo que se fomenta el trabajo en equipo, el interés por personajes relevantes, la conciencia emocional en el resto de las personas y las habilidades orales.</p> <p>60 minutos: El barrio del colegio está compuesto por diversos lugares que llevan el nombre de personajes célebres para la ciudad por un motivo u otro. Formaremos 6 grupos y a cada grupo le corresponderá un personaje de los siguientes: Albía de Castro, Duquesa de la Victoria, Padre Claret, Joaquín Elizalde, Hermanos D'Elhuyar y Fermín Irigaray. Mediante el trabajo en equipo y con sus tablets digitales tendrán que buscar información sobre ellos y averiguar qué es lo que les hizo relevantes para que haya lugares del barrio que lleven su nombre.</p> <p>Expondrán sus conclusiones al resto de compañeros, además de identificar las emociones que consideran que los personajes sintieron en algún episodio de su vida (de los narrados anteriormente).</p>	
Evaluación: Se llevará a cabo una evaluación observacional durante el desarrollo de la sesión cuyo objetivo será comprobar el grado de trabajo en equipo, la habilidad en la utilización de las TIC, el conocimiento y expresión de las emociones pertinentes y las habilidades orales de los alumnos.	

Sesión 10: Somos los consultores del barrio	Duración: 75 minutos
Áreas implicadas: Lengua Castellana y Literatura y Valores Sociales y Cívicos.	Materiales: Plantillas de consulta y de respuesta. Agrupamientos: Individual y grupo-clase completo.
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Identificar diferentes soluciones ante una situación de desagrado. - Fomentar la empatía y la comprensión activa de los demás. - Desarrollar estrategias para la resolución de conflictos. - Fomentar las habilidades orales y de escritura de los alumnos. 	
Descripción de la sesión: <p>75 minutos: Comenzaremos la sesión recordando la presencia del Centro de Alta Resolución San Millán (CARPA) dentro del barrio del colegio, y citaremos las ventajas que supone tener un centro médico en nuestro entorno.</p> <p>Con la finalidad de establecer un símil con el centro médico, montaremos en clase una especie de consultorio donde se resolverán disputas o conflictos que hayan tenido los alumnos con sus familias.</p> <p>Cada alumno escribirá una historia relacionada con su familia donde se haya desencadenado un conflicto. Las cartas deberán estar dirigidas a un consultorio, y es importante que los alumnos detalles las emociones que ellos sienten ante esa situación. Las cartas serán anónimas y las plantillas serán iguales para todos.</p> <p>Se mezclarán todas las cartas y se repartirán al azar. Los alumnos tomarán el papel de consultores y deberán proponer en una plantilla una visión diferente de la situación y ofrecer diferentes soluciones (reestructuración cognitiva). Cuando todos hayan acabado, se recogerán las respuestas y se repartirá a cada alumno las dos cartas que le corresponden. Se elegirán un par de casos al azar y toda la clase comentará las soluciones propuestas, si se ha intervenido de forma adecuada y las diferentes propuestas que tienen para esa situación.</p>	
Evaluación: Se evaluarán las habilidades de escritura de los alumnos mediante la supervisión de sus producciones, y las habilidades orales y de mediación en la reflexión final.	

CONTENIDOS A TRABAJAR

- **Asignatura troncal: Ciencias Sociales**
 - Bloque 1: Contenidos comunes
 - Iniciación a la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación para buscar y seleccionar información.
 - Bloque 2: El mundo en el que vivimos
 - Las escalas de los mapas: la escala gráfica y la escala numérica.

- Coordenadas geográficas: Latitud y longitud.
 - El entorno que nos rodea: Nuestro barrio.
- **Asignatura troncal: Lengua Castellana y Literatura**
 - Bloque 1: Comunicación oral. Hablar y escuchar.
 - Expresión y producción/presentación de textos orales cotidianos y formales en el aula.
 - Bloque 2: Comunicación escrita. Leer
 - Lectura de distintos tipos de texto: periodísticos
 - Bloque 2: Comunicación escrita. Escribir.
 - Producción de textos para comunicar conocimientos, experiencias y necesidades.
 - Normas y estrategias para la producción de textos: planificación (función, destinatario, estructura...).
 - Bloque 3: Conocimiento de la lengua
 - Reconocimiento, uso y explicación de las categorías gramaticales.
- **Asignatura troncal: Matemáticas**
 - Bloque 2: Números
 - El Sistema de Numeración Decimal: valor posicional de las cifras.
 - El número decimal: décimas y centésimas.
 - Operaciones con números decimales.
 - Resolución de problemas de la vida cotidiana.
- **Asignatura específica: Educación Artística**
 - Bloque 3: Expresión artística.
 - Color: el círculo cromático. Colores fríos y cálidos.
- **Asignatura específica: Educación Física**
 - Bloque 1: Habilidades perceptivo-motrices básicas
 - El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales.
 - Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.
 - Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
 - Bloque 3: Actividad física y salud
 - Mejora de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- **Asignatura específica: Valores Sociales y Cívicos**
 - Bloque 1: La identidad y la dignidad de la persona
 - El autoconcepto. La percepción del estado de ánimo. La interpretación de las emociones. La satisfacción personal. La integración del aspecto físico en la aceptación personal.
 - El autocontrol. Las estrategias de autorregulación emocional. La capacidad de superar la frustración. El saber manejar, enfrentar y recuperarse de los sentimientos negativos.
 - Bloque 2: La comprensión y el respeto en las relaciones interpersonales

- Las habilidades de comunicación. La postura y la distancia corporal adecuada en la comunicación. Los elementos de la comunicación no verbal que favorecen el diálogo.
- La empatía. La comprensión activa de los demás. El pensamiento de perspectiva. Las habilidades de escucha activa: refuerzo, reestructuración, reflejo de sentimientos. El razonamiento de las ideas de otras personas. La elaboración de ideas y opiniones a partir de las ideas y opiniones de otros.
- La tolerancia.
- Bloque 3: La convivencia y los valores sociales
 - Las normas de convivencia.
 - La interdependencia y la cooperación. Las estrategias de ayuda entre iguales y colaboración.
 - La resolución del conflicto. Las normas básicas de la mediación no formal. La comprensión del conflicto como oportunidad.

RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS

Para el desarrollo del proyecto se requieren varios recursos materiales. Además de su cuaderno personal, cada alumno contará con una tablet digital que presta el colegio a los alumnos de 5º de primaria. Para algunas actividades se necesitan materiales específicos que será el maestro el encargado de llevarlos a aula.

En cuanto a los recursos humanos, en el proyecto participarán los 25 alumnos del grupo-clase y su maestro tutor. Algunas actividades requerirán de la ayuda de un maestro adicional, que facilite la gestión del grupo, principalmente en las sesiones fuera del centro.

EVALUACIÓN

Durante el transcurso de este proyecto se van a desarrollar varios tipos de evaluación, que perseguirán diferentes objetivos y que ayudarán a que la evaluación final de los alumnos sea más completa y fidedigna.

Tanto antes de comenzar el proyecto, como al principio de cada sesión, se llevará a cabo una *evaluación inicial de diagnóstico*, para comprobar el nivel que tienen los alumnos antes de trabajar los contenidos correspondientes. Se realizará oralmente, y a partir de ella se podrá establecer un nivel desde el que partir.

Por otra parte, se realizará una *evaluación procesual o formativa*, que medirá el proceso de aprendizaje de los alumnos durante el transcurso de las sesiones. Además, servirá para localizar las deficiencias que puedan tener, y fomentar el desarrollo continuo del alumno en el proceso. Esta evaluación se realizará por una parte de forma observacional,

poniendo atención en el grado de participación, trabajo, interés y adaptación a las tareas; y también con la corrección de las producciones que realicen en las sesiones.

Una vez concluido el proyecto, se llevará a cabo una *evaluación sumativa*, que evalúe el grado de adquisición de los contenidos. El instrumento de evaluación que se utilizará será una escala de estimación, la cual permitirá valorar gradualmente el conjunto de contenidos previstos para adquirir. Este instrumento es realmente interesante porque hace hincapié en la intensidad con la que se desempeñan las actitudes y contenidos a observar. Se evaluará a cada alumno de forma individual, siguiendo un modelo como el que aparece en el Anexo III.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Áreas	Criterios	Estándares
Ciencias Sociales	1. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para obtener información, aprender y expresar contenidos sobre Ciencias Sociales	1.1. Utiliza, con ayuda del adulto, las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar trabajos con la terminología adecuada a los temas tratados.
	2. Describir correctamente planos y mapas sencillos interpretando su escala.	2.1 Define qué es la escala en un mapa y distingue entre escala gráfica y escala numérica.
		2.2. Interpreta y localiza un lugar en mapas utilizando diferentes escalas.
	3. Identificar y manejar los conceptos de paralelos, meridianos y coordenadas geográficas.	3.1. Explica y maneja los conceptos de paralelos, meridianos.
		3.2. Localiza diferentes puntos de la Tierra empleando los paralelos y meridianos y las coordenadas geográficas.

Lengua Castellana y Literatura	1. Producir y presentar textos orales adecuados a diferentes situaciones de comunicación, utilizando el lenguaje oral como una forma de comunicación y expresión personal.	1.1. Produce textos orales que nos permitan realizar una gran variedad de funciones comunicativas.
	2. Utilizar el lenguaje oral para comunicarse, siendo capaz de escuchar y recoger datos, expresando oralmente su opinión personal, de acuerdo a su edad	2.1 Transmite las ideas con claridad, coherencia y corrección respetando las normas de la comunicación.
		2.2. Escucha las intervenciones de los compañeros, mostrando respeto y consideración por las ideas, sentimientos y emociones de los demás.
	3. Comprender distintos tipos de textos adaptados a la edad y utilizando la lectura como medio para ampliar el vocabulario y fijar la ortografía correcta	3.1. Entiende el mensaje, de manera global, e identifica las ideas principales y las secundarias de los textos leídos a partir de la lectura de un texto en voz alta.
	4. Utilizar la lengua, de forma oral y escrita, para formular y responder a preguntas, narrar historias y expresar sentimientos, experiencias y opiniones	4.1. Escribe textos del ámbito académico, cotidiano o social usando el registro adecuado, organizando las ideas con claridad, enlazando enunciados en secuencias lineales cohesionadas y respetando las normas gramaticales y ortográficas.
	1. Utilizar los números enteros y decimales para interpretar e intercambiar información en contextos de la vida cotidiana.	1.1. Realiza operaciones con números naturales: suma, resta, multiplicación y división.
		1.2. Realiza operaciones con números decimales.

Matemáticas	2. Conocer, utilizar y automatizar algoritmos estándar de suma, resta, multiplicación y división con distintos tipos de números.	2.1. Descompone números naturales atendiendo al valor posicional de sus cifras.
	3. Identificar, resolver problemas de la vida cotidiana, adecuados a su nivel, estableciendo conexiones entre la realidad y las matemáticas	3.1. Resuelve problemas combinados cuya resolución requiera realizar varias operaciones que impliquen dominio de los contenidos trabajados.

Educación Artística	1. Ordenar los colores primarios, secundarios y terciarios, fríos y cálidos, en un círculo cromático	1.1. Reconoce el círculo cromático como una manera de ordenar los colores.
		1.2. Conoce los colores fríos y cálidos y los utiliza con fines expresivos en sus composiciones.

Educación Física	1. Participar con interés desarrollando la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan y actuando con responsabilidad.	1.1. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.
		1.2. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
	1. Sentir y mostrar satisfacción personal basándose en la autoevaluación del desarrollo personal, la integración del aspecto físico y las cualidades personales y la autopercepción de los propios estados de ánimo.	1.1. Conceptualiza sus vivencias personales con optimismo expresándolo en su relación con los demás.
		1.2. Manifiesta verbalmente una visión positiva de sus propias cualidades y limitaciones.
		1.3. Representa su autoconcepto integrando su imagen corporal y la

Valores Sociales y Cívicos		apreciación de sus características personales de forma constructiva.
	2. Desarrollar capacidades para tomar decisiones de forma independiente, emprendiendo actuaciones y manejando las dificultades superando frustraciones y sentimientos negativos ante los problemas.	2.1. Propone alternativas a la resolución de problemas sociales planteados en el aula
		2.2. Sabe hacer frente a la incertidumbre, el miedo o el fracaso, durante la realización de tareas y la resolución de conflictos.
	3. Elaborar ideas y opiniones razonando y teniendo en cuenta las de los interlocutores.	3.1. Expresa públicamente el reconocimiento positivo de otras personas durante actividades colaborativas.
		3.2. Interacciona apropiadamente con diferentes tipos de personas.
		3.3. Dialoga poniéndose en el lugar de su interlocutor e interpretándolo adecuadamente.
		3.4. Elabora ideas y opiniones personales en relación a las de sus interlocutores en los trabajos grupales.
	4. Realizar una comprensión activa de los demás utilizando habilidades de escucha y empleando el pensamiento de perspectiva.	4.1. Realiza actividades cooperativas detectando los sentimientos y pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo.
	5. Valorar la solidaridad como un elemento clave de la buena convivencia, reconociendo estrategias de cooperación y empleando el lenguaje positivo en la comunicación de pensamientos y posicionamientos personales.	5.1. Manifiesta actitudes conciliadoras favoreciendo la cohesión de todos los miembros de la comunidad educativa.
		5.2. Interacciona en el grupo ayudando a mejorar el clima de aula.

	6. Participar en la vida cívica de modo pacífico afrontando el conflicto como oportunidad de aprendizaje y crecimiento personal.	6.1. Descubre y expone oralmente oportunidades de crecimiento personal en las situaciones de conflicto.
		6.2. Practica la negociación cooperativa como vía para resolver conflictos en situaciones informales y durante la realización de tareas cooperativas.
	7. Aplicar normas básicas de la mediación no formal reflexionando sobre conflictos escolares habituales.	7.1. Resuelve conflictos de otras personas utilizando las normas básicas de la mediación.

METODOLOGÍA:

La metodología que se ha utilizado en la realización de este trabajo ha sido una metodología mixta, de carácter teórico-práctico. Por una parte, se ha llevado a cabo una consulta bibliográfica de numerosos artículos de investigación, relacionados con los conceptos de emoción, su relación con el aprendizaje y de la inteligencia emocional, que han servido para esclarecer el tema y aportar teorías basadas en investigaciones contrastadas. Una vez expuesta la base teórica del trabajo, he diseñado un programa basado en proyectos, listo para llevar a la práctica. En el programa he utilizado la metodología específica del aprendizaje basado en proyectos, que está explicada en la página 23.

CONCLUSIONES:

La realización de este trabajo me ha permitido alcanzar varias conclusiones, las cuales voy a exponer a continuación:

En primer lugar, me ha hecho reafirmarme en la importancia que tienen las emociones en la vida del ser humano. Nos alejan de estímulos peligrosos y nos acercan a estímulos placenteros y beneficiosos para nuestro bienestar. Además, nos permiten reaccionar de forma eficiente y rápida a determinados estímulos.

Una de las cuestiones en las que se basaba el trabajo y que se planteaban en la introducción era determinar la importancia de las emociones en el aprendizaje. En este sentido, hay que decir que la relación es muy estrecha. Como hemos podido comprobar, y tal y como aseguran varios investigadores, las emociones son las que inician y mantienen la curiosidad por un elemento nuevo, lo que provoca la atención sobre este elemento y despierta el interés. Como todo el mundo sabe, la curiosidad, la atención y el interés son tres cuestiones que van siempre ligadas entre sí y que unas son consecuencia de las otras. Son la base de cualquier aprendizaje, y están gestionadas por las emociones. Nadie puede dudar, por tanto, que las emociones regulan el aprendizaje de los alumnos. Cuando hay motivación y curiosidad, aparece de forma natural, el aprendizaje y la memoria.

Será labor de los docentes, por lo tanto, llevar a cabo dinámicas y actividades que tengan una carga emocional para los alumnos. De esta forma despertaremos su curiosidad y lograremos que los aprendizajes sean significativos. Es importante, en este sentido, conocer los gustos y las preferencias del grupo de alumnos, ya que si trabajamos en torno a contenidos que interesan al alumnado, su predisposición será mejor y el clima emocional que se genere será más adecuado.

Debido a la importancia capital que tienen las emociones en el aprendizaje, se vuelve estrictamente necesario el desarrollo de una educación emocional que ayude a los alumnos a conocer sus emociones, aprender a gestionarlas y les proporcione herramientas para que se desenvuelvan de forma exitosa en la sociedad. Si se implementan actividades beneficiosas para la autoestima de los alumnos, si se trabajan habilidades para gestionar posibles conflictos o si se desarrollan las habilidades socioemocionales estaremos

previniendo nuevos casos de fracaso y violencia escolares, lamentablemente cada vez más frecuentes dentro de las aulas.

El objetivo de diseñar un programa basado en proyectos donde se fomenten las competencias emocionales se ha cumplido. En cuanto a los objetivos del programa, está previsto que se alcancen cuando se lleve a la práctica. Sin embargo, es preciso que este proyecto no sea un proyecto aislado y que lo acompañen otros programas que ayuden a que los resultados se manifiesten a largo plazo. Este tipo de dinámicas deberían incluirse más frecuentemente en las aulas, ya que mediante proyectos los alumnos trabajarán de forma autónoma, con interés y motivación, y alcanzarán aprendizajes más útiles para su vida.

Para la aplicación del programa es indispensable la formación del profesorado y de las familias. Ambos son modelos para los alumnos y deben actuar de una forma emocionalmente equilibrada. La educación empieza en casa, y son las familias las que tienen que fortalecer los lazos emocionales que formen la personalidad de los estudiantes. Es innegable que la escuela y la familia deben remar en la misma dirección, otorgando a la educación emocional la importancia que tiene para alcanzar el desarrollo integral de las personas.

Es importante presentar el proyecto a los alumnos antes de llevarlo a cabo, para que conozcan los objetivos que se pretenden y el tema central del mismo. Además, es muy conveniente que el tema sea del interés de los alumnos, para que se desarrolle de forma conjunta y efectiva. Cuando trabajamos el terreno emocional, es recomendable poner a su disposición vocabulario sobre las emociones, que les ayude a expresarse con más propiedad y les ayude a reconocer tanto emociones propias como ajenas.

Quiero concluir este trabajo destacando la necesidad de implementar la educación emocional como enseñanza obligatoria en los colegios. Hemos comprobado cómo las emociones nos determinan y cómo influyen en nuestro aprendizaje, ahora debemos acercar el mundo emocional a las nuevas generaciones y enseñarles estrategias para que sean capaces de manejar sus emociones, donde el respeto y la empatía esté siempre presente y donde haya lugar para la sensibilidad y el compañerismo, cada vez menos frecuentes en las aulas. Queda mucho camino por recorrer, pero si le otorgamos a la educación emocional el espacio que merece estaremos más cerca de nuestro objetivo.

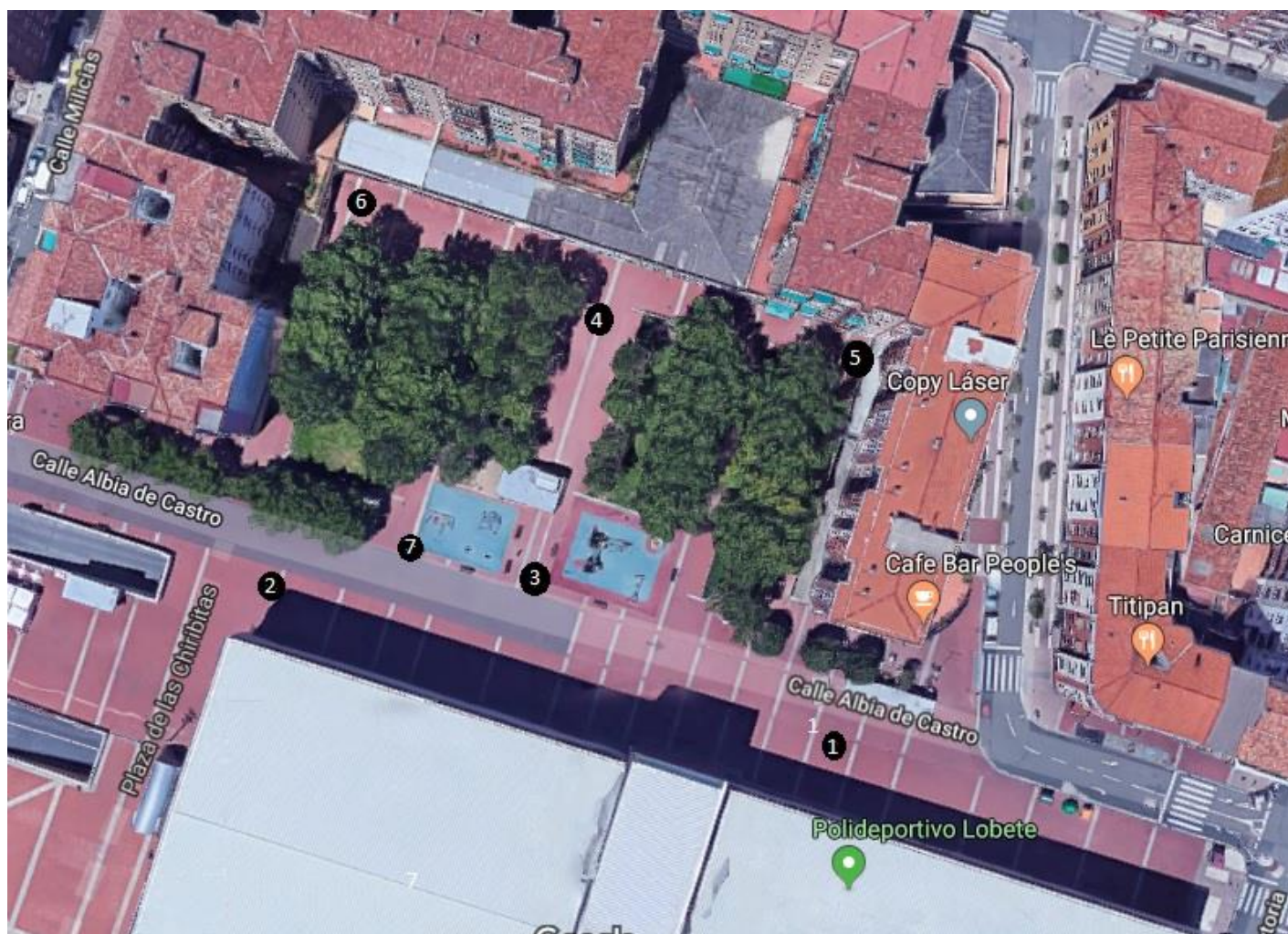
REFERENCIAS:

- Adolphs, R. (2002). *Neural systems for recognizing emotion*. Current Opinion in Neurobiology, 12(2), 169-77.
- Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality*. Nueva York: Columbia University Press.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2008). *Educación emocional para la ciudadanía y convivencia. El enfoque de la educación emocional*. Barcelona: Praxis – Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. y Pérez Escoda, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10, 61-82.
- Delgado, J.M. y Mora, F. (1998). *Emoción y Motivación. Sistema Límbico*. En Delgado, J.M.; Ferrús, A.; Mora, F. y Rubia, F. (Eds.). *Manual de Neurociencias*. Madrid: Síntesis.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books. (Versión castellana: *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós, 1996; 15ª edición 1997).
- Ibarrola, B. (2013). *Aprendizaje emocionante. Neurociencia para el aula*. Madrid: SM-Innovación.
- Jones, N. F., Rassmussen, C. M. y Moffitt, M. C. (1997). *Real-life problema solving: A collaborate approach to interdisciplinary learning*. Washington: American Psychological Association.
- Kolb, B. y Wishaw, I. (2005). *Neuropsicología humana*. Madrid: Panamericana.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1990). “*Emotional Intelligence*”. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?*. *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*, 3-31. New York: Basic Books.
- Mayer, J.D., Caruso, D. y Salovey, P. (1999). *Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence*. *Intelligence*, 27, 267-298.
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D. y Sitarenios, G. (2001). *Emotional intelligence as a standard intelligence*. *Emotion*, 1, 232-242.
- Mora, F. (2007). *Cómo funciona el cerebro*. Madrid: Alianza Editorial.

- Mora, F. (2013). *Neuroeducación. Solo se puede aprender aquello que se ama*. Madrid: Alianza Editorial.
- Mora, F. y Sanguinetti, M. (2004). *Diccionario de neurociencia*. Alianza Editorial.
- Renom, A. (2003). *Educación emocional. Programa para Educación Primaria (6-12 años)*. Wolters Kluwer.
- Sánchez, M. T., Fernández-Berrocal, P., Montañés, J. y Latorre, J. M. (2008). *¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones*. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa, 15, 455-477.
- Sternberg, R.J. (1996). *Successful intelligence: How practical and creative intelligence determines success in life*. New York.
- (1988). *A New Theory of Human Intelligence*. New York.
- Thorndike, E.L. (1920). *Intelligence and its uses*. Harpers's Magazine, 140, 227-235.
- Wechsler, D. (1940). *Nonintellective factors in general intelligence*. Psychological Bulletin, 37, 445-445.

ANEXOS:

Anexo I: Recorrido a realizar en la Calle Albía de Castro.



Anexo III: Escala de estimación utilizada para la evaluación sumativa del alumnado.

(Nombre del alumno)	Escala valorativa				
	Muy alta	Alta	Buena	Deficiente	No logro
Utiliza las TIC para elaborar trabajos.					
Define escala en un mapa y distingue gráfica y numérica.					
Localiza un lugar en un mapa mediante la escala.					
Explica y maneja los conceptos de paralelos y meridianos.					
Localiza diferentes puntos de la Tierra con paralelos, meridianos y coordenadas.					
Produce textos orales.					
Transmite ideas con claridad, coherencia y respeto.					
Escucha las intervenciones ajenas.					
Entiende globalmente el mensaje e identifica sus ideas a partir de la lectura.					
Escribe textos con claridad, cohesión y la gramática adecuada.					
Realiza operaciones con números naturales.					
Realiza operaciones con números decimales.					
Descompone números naturales atendiendo al valor posicional de sus cifras.					
Resuelve problemas combinados.					
Reconoce el círculo cromático.					
Conoce los colores fríos y cálidos.					
Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones.					
Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado.					
Conceptualiza sus vivencias personales con optimismo.					

Manifiesta verbalmente una visión positiva de sus cualidades.					
Representa su autoconcepto integrando imagen corporal y sus características personales.					
Propone alternativas a la resolución de problemas sociales.					
Sabe hacer frente a la incertidumbre, miedo o fracaso.					
Expresa públicamente el reconocimiento positivo de otras personas.					
Interacciona apropiadamente con diferentes tipos de personas.					
Dialoga poniéndose en el lugar de su interlocutor.					
Elabora ideas y opiniones personales relacionadas con las de sus interlocutores.					
Realiza actividades cooperativas detectando sentimientos y pensamientos.					
Manifiesta actitudes conciliadoras favoreciendo la cohesión general.					
Interacciona en el grupo ayudando a mejorar el clima.					